



# SEN LACTOSA-PROTEINA DO LEITE



## MAIO 2022



LUNS

02/05/2022

BROCOLI A CASEIRA

LOMBO ASADO

ARROZ BRANCO

FROITA

MARTES

03/05/2022

LENTELLAS VEXETAIS

PESCADA A MARIÑEIRA

PATACA O VAPOR

IOGUR DE SOIA

MÉRCORES

04/05/2022

ENSALADILLA

POLO EN SALSA AS FINAS HERBAS

MACARRONS SALTEADOS

FROITA

XOVES

05/05/2022

ARROZ TRES DELICIAS

RAGOUT DE PORCO CON CHAMPIÑONS E CENORIAS

IOGUR DE SOIA

VENRES

06/05/2022

ESPAGUETTIS CON TOMATE

XARDA EN SALSA DE LIMON

LEITUGA E TOMATE

FROITA

Semana 1

09/05/2022

CREMA DE CABAZA

XAMÓN ASADO EN SALSA

PURÉ DE PATACA

IOGUR DE SOIA

10/05/2022

ENSALADA CON GARAVANZOS

LOMBO ASADO

VERDURAS

FROITA

11/05/2022

ESPIRAIS O FORNO

PESCADA A GALEGA

PATACA O VAPOR

IOGUR DE SOIA

12/05/2022

CREMA DE CABACIÑA

POLO O CHILINDRON

ARROZ BRANCO

FROITA

13/05/2022

FABADA

BACALLAO O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA E MILLO

FROITA

Semana 2

16/05/2022

SOPA DE FIDEOS

PUCHERO DE TENREIRA CON PATACAS

IOGUR DE SOIA

17/05/2022

FESTIVO

18/05/2022

CREMA DE COLIFLOR E MAZÁ

PAELLA MIXTA DE PEIXE, POLO E LURAS

FROITA

19/05/2022

FABAS VEXETAIS

PESCADA O FORNO

ENSALADA DE LEITUGA, CENORIA E OLIVAS

FROITA

20/05/2022

ENSALADA TRICOLOR

ESTUFADO DE PORCO CON PATACAS

IOGUR DE SOIA

Semana 3

23/05/2022

XUDIAS CON ALLADA

BOLOÑESA VEXETAL

MACARRONS SALTEADOS

IOGUR DE SOIA

24/05/2022

TORTILLA DE CABACIÑA

ARROZ MILANESA

FROITA

25/05/2022

ENSALADA ITALIANA

XARDA CON ALLADA

BROCOLI CON CENORIA

FROITA

26/05/2022

SOPA DE ESTRELIÑAS

XAMÓN ASADO EN SALSA

PURÉ DE PATACA

FROITA

27/05/2022

CREMA DE CENORIA

PESCADA EN SALSA

ARROZ BRANCO

IOGUR DE SOIA

Semana 4

30/05/2022

ENSALADA PRIMAVERA

RAGOUT DE PORCO CON CHAMPIÑONS E CENORIAS

IOGUR DE SOIA

31/05/2022

CAZOLA DE VERDURAS CON FIDEO

GUISO DE BACALLAO CON PATACAS

FROITA

01/06/2022

02/06/2022

03/06/2022

Semana 5

Garantía que estos menús fueron planificados segundo los principios dietético-nutricionales establecidos por la OMS (Organización Mundial de la Salud) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidad. Se desea consultar o menú online visita: [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)

